

じんせい

腎生を知ると人生が変わる!?

～今、知っておきたい慢性腎臓病（CKD）の話～

令和7年5月25日（日）、北里大学 医学部腎臓内科 竹内康雄医師に緑区合同庁舎にて「腎生を知ると人生が変わる!」の講義をいただきました。

そのほか、血管年齢の測定や減塩おかずの試食、計量カップを配布しました。

参加者の声

- ・ 講座の内容が盛りだくさんでいろいろ知ることができました。
- ・ 先生の話が聞きやすく分かり易く大変勉強になりました。
- ・ 最新の薬の話が興味深かったです。
- ・ 相模原市は健康にとっても気を使っていて、他市民からするととてもうらやましかったです。



試食体験・測定・情報コーナー



相模原市食生活改善推進団体わかな会により、減塩副菜の試食体験を行いました。

試食メニューは「タンドリーチキン」「ミネストローネ」です。

- ・ 試食することによって普段の塩分の取りすぎを改めて考え直しました。
- ・ 薄味に気を付けるようになったのですが、私の塩分はまだまだ濃いと感じました。
- ・ 試食で塩分が少なくてもおいしいことが分かりました。



血管年齢は多くの参加者の方が測定されました。

血圧のポスターや塩分量の展示を行いました。また、動脈硬化が進んだ血管や1kgの脂肪の展示もご覧いただきました。